

Утверждаю

Руководитель \_\_\_\_\_

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 20.01.2026  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Кальций, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом	150	4.04	5.19	19.88	142.24	0.990
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Яйцо отварное	20	2.54	2.30	0.14	31.50	0.000
<b>ОБЕД</b>						
Борщ со сметаной	150	4.71	7.00	7.10	110.79	18.795
Макаронные изделия отварные	110	4.26	3.44	26.08	152.12	0.000
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Печень в молочном соусе	70	10.05	6.12	6.64	122.86	16.457
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Салат из белокочанной капусты с луком	30	0.48	2.03	2.84	31.49	11.451
<b>ПОЛДНИК</b>						
Суп молочный с крупой	150	2.86	3.72	10.65	87.87	0.975
Шанежка с картофелем	40	2.27	1.72	13.02	77.51	4.344
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015

**МЕНЮ**  
на 20.01.2026  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Кальций, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом	180	4.84	6.23	23.85	170.69	1.188
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Яйцо отварное	20	2.54	2.30	0.14	31.50	0.000
<b>ОБЕД</b>						
Борщ со сметаной	180	5.65	8.41	8.51	132.95	22.554
Макаронные изделия отварные	130	5.03	4.07	30.82	179.78	0.000
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Печень в молочном соусе	100	14.36	8.75	9.49	175.52	23.510
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Салат из белокочанной капусты с луком	50	0.80	3.38	4.72	52.49	19.085
<b>ПОЛДНИК</b>						
Суп молочный с крупой	180	3.44	4.46	12.78	105.44	1.170
Шанежка с картофелем	50	2.84	2.15	16.27	96.88	5.430
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018